



Tài liệu

SINH HOẠT CHI ĐOÀN



CHỦ ĐỀ:

Không có gì quý hơn độc lập tự do



CHÀO MỪNG THÁNG 8

59 NĂM NGÀY VÌ NẠN NHÂN CHẤT ĐỘC MÀU DA CAM
(10/8/1961 – 10/08/2020)

KỶ NIỆM 21 NĂM NGÀY QUỐC TẾ THANH THIẾU NIÊN
(12/8/1999 – 12/8/2020)

KỶ NIỆM 75 NĂM NGÀY CÁCH MẠNG THÁNG TÁM THÀNH CÔNG
(19/8/1945 – 19/8/2020)

KỶ NIỆM 75 NĂM NGÀY TRUYỀN THỐNG CÔNG AN NHÂN DÂN
(19/8/1945 – 19/8/2020)

TỔ BIÊN TẬP

Ban Biên tập website

Ban XĐĐ Tỉnh Đoàn

ĐT: 0271.3639397

www.tinhdoanbinhphuoc.vn



SINH HOẠT CHI ĐOÀN



CÁC NỘI DUNG CHÍNH

HỌC TẬP VÀ LÀM THEO TẤM GƯƠNG ĐẠO ĐỨC HỒ CHÍ MINH	Trang 3
HỌC TẬP LÝ LUẬN CHÍNH TRỊ	Trang 4
THÔNG TIN THỜI SỰ	Trang 6
TUYÊN TRUYỀN, GIÁO DỤC CÁCH MẠNG	Trang 8
SỎ TAY NGHIỆP VỤ CÔNG TÁC ĐOÀN	Trang 9
TÁC GIẢ - TÁC PHẨM	Trang 11
MÔ HÌNH KINH NGHIỆM	Trang 12
ĐỌC SÁCH CÙNG BẠN	Trang 14
NGHỆ THUẬT SỐNG	Trang 16
DU HỌC - DU LỊCH	Trang 18
TIẾNG ANH MỖI NGÀY	Trang 20

CÂU CHUYỆN HAY VỀ BÁC:

NƯỚC NÓNG, NƯỚC NGUỘI

Buổi đầu kháng chiến chống Pháp, có một đồng chí cán bộ Trung đoàn thường hay quát mắng chiến sĩ. Đồng chí này đã từng làm giao thông, bảo vệ Bác đi ra nước ngoài trước Cách mạng tháng Tám.

Được tin nhân dân phản ánh về đồng chí này, một hôm, Bác cho gọi lên Việt Bắc. Bác dặn trạm đón tiếp, dù đồng chí này có đến sớm, cũng giữa trưa mới cho đồng chí ấy vào gặp Bác.

Trời mùa hè, nắng chang chang, đi bộ đúng ngọ nên đồng chí Trung đoàn vã cả mồ hôi, người như bốc lửa. Đến nơi, Bác đã chờ sẵn. Trên bàn đặt hai cốc nước, một cốc nước sôi có ý chừng vừa như mới rót, bốc hơi nghi ngút, còn cốc kia là nước lạnh.

Sau khi chào hỏi xong, Bác chỉ vào cốc nước nóng nói:

- Chú uống đi.

Đồng chí cán bộ kêu lên:

- Trời! Nắng thế này mà Bác lại cho nước nóng làm sao cháu uống được.

Bác mỉm cười:

- À ra thế. Thế chú thích uống nước nguội, mát không?

- Dạ có ạ.

Bác nghiêm nét mặt nói:

- Nước nóng, cả chú và tôi đều không uống được. Khi chú nóng, cả chiến sĩ của chú và cả tôi cũng không tiếp thu được. Hòa nhã, điềm đạm cũng như cốc nước nguội dễ uống, dễ tiếp thu hơn.

Hiểu ý Bác giáo dục, đồng chí cán bộ nhận lỗi, hứa sẽ sửa chữa.

Bài học kinh nghiệm:

Qua câu chuyện này chúng ta thấy được sự quan tâm của Bác đến cách quản lý con người, một bài học về tâm lý và cách ứng xử sâu sắc, khôn khéo cho tất cả chúng ta. Khi giận dữ rất dễ mất kiểm soát bản thân mình, khi giận lên chúng ta có thể làm nhiều việc mà không suy nghĩ đến hậu quả của nó, hoặc đưa ra một số quyết định không mấy sáng suốt, nói ra những điều không nên... chỉ để thỏa mãn cơn giận.

Tôi tệ hơn, vì cơn giận chúng ta có thể vô tình làm tổn thương đến những người xung quanh. Lưu lại trong ký ức của họ một hình ảnh không tốt đẹp. Vì vậy, trong mọi trường hợp hãy thật bình tĩnh, xử lý khéo léo tình huống để có được kết quả tốt nhất.

(Nguồn: <https://voh.com.vn/song-dep/ke-chuyen-bac-ho-tong-hop-20-mau-chuyen-hay-va-y-nghia-nhat-ve-bac-320656.html>)



HỌC TẬP LÝ LUẬN CHÍNH TRỊ



90 năm xây dựng Đảng về tổ chức - Thành tựu và Kinh nghiệm

Xây dựng Đảng về tổ chức là nhiệm vụ quan trọng hàng đầu của Đảng và là quá trình liên tục suốt 90 năm kể từ ngày thành lập đến nay. Nhờ vậy, trải qua các thời kỳ lịch sử với những đặc điểm khác nhau, tổ chức của Đảng ngày càng lớn mạnh và công tác tổ chức cũng để lại nhiều kinh nghiệm quý báu mà ngày nay chúng ta cần phát huy.

1. Sự trưởng thành qua 90 năm về tổ chức

Điều lệ văn bản tại Hội nghị thành lập Đảng (tháng 2/1930), quy định hệ thống tổ chức đảng bao gồm: chi bộ; huyện, thị, khu bộ; tỉnh bộ, thành bộ, đặc biệt bộ và Trung ương. Tại Hội nghị Trung ương tháng 10/1930, Điều lệ Đảng quy định có thêm cấp Tổng bộ và cấp Xứ bộ (ở Bắc, Trung, Nam, Lào, Cao miên). Những quy định này được kế thừa trong Điều lệ được thông qua tại Đại hội lần thứ nhất năm 1935.

Sau ngày thành lập Đảng, theo sự chỉ đạo của Trung ương và các cấp ủy Đảng, với sự lăn lộn của các đảng viên và phong trào cách mạng phát triển ở các nơi, tổ chức đảng được phát triển ở nhiều tỉnh, huyện, tổng, xã trong cả nước. Nhiều tổ chức cơ sở Đảng cũng đã hình thành trong các nhà máy, xí nghiệp, đồn điền của thực dân Pháp, trong các nhà tù của đế quốc. Tuy nhiên cho tới cách mạng Tháng Tám năm 1945, do điều kiện bị địch đàn áp, khủng bố, giao thông khó khăn, nhiều tỉnh, huyện nhất là ở các vùng núi cao, xa xôi chưa hình thành được tổ chức Đảng và thành lập được cơ quan lãnh đạo, thậm chí chưa có đảng viên.

Sau Cách mạng Tháng Tám, cùng với sự hình thành chính quyền cách mạng trong cả nước, các tổ chức Đảng tiếp tục phát triển ở các địa phương. Một số địa phương trước đó do điều kiện khách quan và chủ quan chưa có đảng viên và tổ chức đảng, đã xây dựng được tổ chức đảng, hình thành cơ quan lãnh đạo, kết nạp, phát triển đảng viên.

Trong điều kiện thuận lợi hơn so với trước, các tổ chức cơ sở đảng (đảng bộ cơ sở, chi bộ cơ sở) đã phát triển mạnh, có mặt ở hầu hết các đơn vị hành chính cấp cơ sở, trong các đơn vị và cơ quan chính trị, xã hội, kinh tế. Các bộ của Chính phủ (bao gồm cả Bộ Quốc phòng, Bộ Công an) đều thành lập đảng bộ. Riêng với quân đội, Đảng bộ quân đội bao gồm nhiều đảng bộ quân chủng, binh chủng, quân khu với cơ quan lãnh đạo cao nhất và trực tiếp là Quân ủy Trung ương.

Ở miền Nam, cơ cấu tổ chức Đảng có nhiều thay đổi. Từ năm 1954 đến năm 1961 Đảng bộ Nam Bộ do Xứ ủy Nam bộ phụ trách. Dưới cấp xứ bộ có các liên tỉnh bộ, tỉnh bộ, huyện bộ...do các cấp ủy các cấp tương ứng lãnh đạo. Từ tháng 10-1961, thành lập Trung ương cục đặt dưới sự lãnh đạo của Trung ương Đảng phụ trách các đảng bộ miền Nam.

Tính đến nay, cả nước có 54.349 tổ chức cơ sở đảng, trong đó 25.699 đảng bộ cơ sở và 28.567 chi bộ cơ sở. Tổng số đảng viên trong cả nước là 5.097.747.

Hiện nay trong bối cảnh đấu tranh chống tham nhũng, vấn đề bộ máy và thể chế của cơ quan tham mưu, giúp việc của Đảng trong lĩnh vực này đang được quan tâm hơn nữa.

2. Một số kinh nghiệm trong xây dựng Đảng về tổ chức

Xây dựng Đảng về tổ chức phải luôn quán triệt quan điểm của chủ nghĩa Mác - Lênin và tư tưởng Hồ Chí Minh về bản chất và nguyên tắc của Đảng kiểu mới của giai cấp công nhân

Hiện nay, Đảng Cộng sản Việt Nam là đảng duy nhất lãnh đạo nhà nước và xã hội, không có đảng đối lập hoặc đảng tham chính nào khác, do đó về tổ chức bộ máy và thể chế, dù đổi mới ra sao phải luôn bảo đảm cho Đảng giữ đúng vị trí của người lãnh đạo cao nhất của xã hội.

Đề cho các cơ quan lãnh đạo, điều hành cũng như cơ quan tham mưu, giúp việc của Đảng từ Trung ương tới địa phương hoạt động có hiệu quả, điều quan trọng hàng đầu là phải có cơ cấu hợp lý và thể chế rõ ràng, khoa học. Điều này đòi hỏi phải xác định rõ vị trí, chức năng, nhiệm vụ, quyền hạn của từng cơ quan cũng như mối quan hệ qua lại giữa các cơ quan và các chức danh trong bộ máy. Từ sau Đại hội VII năm 1991 đến nay, Đảng ta đã làm khá tốt điều này.

Đổi mới tổ chức, nhất là tổ chức bộ máy cơ quan Đảng hiện nay cần tính tới xu thế toàn cầu hóa, mở rộng giao lưu, hội nhập quốc tế, sự phát triển vũ bão của khoa học công nghệ hiện đại và xu hướng dân chủ hóa, hiện đại hóa hệ thống chính trị

Bộ máy của Đảng phải đủ bảo đảm cho Đảng thuận lợi trong giao lưu, hợp tác quốc tế, nhưng cũng không trở nên cồng kềnh, tiêu tốn nguồn lực của đất nước, có thể dẫn đến phản cảm của xã hội. Việt Nam là quốc gia có tiềm lực về công nghệ thông tin, có hạ tầng viễn thông và internet phát triển mạnh mẽ, thì việc tiếp cận với công nghệ hiện đại trong tổ chức và vận hành của bộ máy lại càng thuận lợi. Với công nghệ thông tin hiện đại, các cơ quan tham mưu có thể dễ dàng cập nhật thông tin ở mọi nơi một cách nhanh chóng và đầy đủ để cung cấp cho người lãnh đạo. Năng lực sử dụng công nghệ thông tin của cán bộ tham mưu sẽ thay thế cho số lượng người làm tham mưu (và cả số lượng nhân viên giúp việc cho người tham mưu). Cũng nhờ công nghệ hiện đại, cơ quan lãnh đạo và người có thẩm quyền có thể đưa ra các quyết định bất cứ lúc nào và ở đâu. Như vậy, trong thời đại công nghệ số, Đảng cần phải đầu tư thích đáng vào nhân tố con người và cả công nghệ nữa.

(Nguồn: <http://lyluanchinhtri.vn/home/index.php/nguyen-cuu-ly-luan/item/3119-90-nam-xay-dung-dang-ve-to-chuc-thanh-tuu-va-kinh-nghiem.html>)

Hành trình kết nối các thế hệ cán bộ đoàn phía Nam tại Bình Phước

Trong 2 ngày 26 và 27-7, hơn 100 cựu cán bộ Đoàn thanh niên Việt Nam, khu vực phía Nam tham gia chuỗi các hoạt động với chủ đề “Nhớ ơn liệt sĩ, đáp nghĩa đồng bào, chăm lo đồng đội, truyền lửa thanh niên” tại tỉnh Bình Phước. Đây là hoạt động được Ban liên lạc tổ chức định kỳ hàng năm để duy trì sự đoàn kết, gắn bó giữa các thế hệ cán bộ đoàn, khu vực phía Nam.

Theo Tiến sĩ Lê Hồng Liêm, Trưởng Ban liên lạc cựu cán bộ Đoàn thanh niên Việt Nam - phía Nam, sự kiện đầy ý nghĩa này nhằm giáo dục truyền thống yêu nước, ý chí tự cường, thể hiện lòng biết ơn sâu sắc đối với các thế hệ cha ông đã hy sinh xương máu vì độc lập dân tộc, thống nhất đất nước. Đồng thời khẳng định vị trí, vai trò quan trọng của tổ chức đoàn và cán bộ đoàn trong xã hội; góp phần bồi đắp niềm tin, khơi dậy trong tuổi trẻ tinh thần vượt khó vươn lên, tạo môi trường giáo dục mang tính thực tiễn cao nhằm xác định mục tiêu, lý tưởng phấn đấu.

Baobinhphuoc.com

Tuổi trẻ Bình Phước tri ân các Anh hùng liệt sĩ

Cấp tỉnh:

Tối 26/7/2020, Tỉnh Đoàn Bình Phước tổ chức Lễ tri ân các Anh hùng liệt sĩ tại Nghĩa trang liệt sĩ tỉnh. Dự lễ có Phó trưởng Ban Tuyên giáo Tỉnh ủy Lê Thị Thanh Loan; Phó giám đốc Sở Lao động - Thương binh và Xã hội Phạm Thị Mai Hương; Phó Bí thư Tỉnh Đoàn Lê Thị Hồng Phấn, đại diện các sở, ngành cùng hơn 500 đoàn viên thanh niên của các đơn vị: Đoàn khối Cơ quan và Doanh nghiệp tỉnh, Thành đoàn Đồng Xoài, Huyện đoàn Đồng Phú, Đoàn TN Công an tỉnh, Đoàn Thanh niên Bộ Chỉ huy Quân sự tỉnh, Đoàn Thanh niên Bộ Chỉ huy Bộ đội Biên phòng tỉnh, Đoàn Thanh niên Công ty TNHH MTV Cao su Bình Long đã dâng thắp những ngọn nến và những nén nhang thơm trên gần 5 nghìn phần mộ các anh hùng, liệt sĩ tại Nghĩa trang liệt sĩ tỉnh.

Bình Long:

Tối ngày 23/7, Ban Thường vụ Thị Đoàn Bình Long long trọng tổ chức Lễ thắp nến tri ân các Anh hùng liệt sĩ tại Mộ tập thể Lực lượng vũ trang an ninh An Lộc, thuộc Khu phố An Bình, phường An Lộc, thị xã Bình Long. Về dự có đồng chí Tạ Thu Thủy - Phó Bí thư Thường trực Thị ủy; đồng chí Nguyễn Xuân Quang - Phó Chủ tịch HĐND thị xã; đồng chí Nguyễn Đăng Hoàn - Phó Trưởng Ban Dân vận Thị ủy; đồng chí Trần Thanh Hoa - Phó Chủ tịch UBMTTQ Việt Nam thị xã cùng hơn 150 ĐVTN tham gia buổi lễ.

Trong không khí trang nghiêm của buổi lễ, trước vong linh các anh hùng liệt sỹ, các đại biểu đã cùng nhau ôn lại truyền thống 73 năm Ngày Thương binh - Liệt sỹ và thấp những nén hương, kính cẩn nghiêng mình để tỏ lòng thành kính, lòng biết ơn vô hạn đối với những người con thân yêu của Tổ quốc đã hy sinh vì sự nghiệp đấu tranh giải phóng dân tộc.

Vũ Hằng, Văn Hiệu

Các cấp bộ Đoàn chủ động ứng phó với diễn biến mới của dịch bệnh Covid- 19

Trước tình hình dịch Covid-19 diễn biến phức tạp, xuất hiện ca nhiễm mới trong cộng đồng tại một số địa phương, ngày 27/7, Ban Bí thư Trung ương Đoàn đã có công văn đề nghị Ban Thường vụ các tỉnh, thành đoàn, đoàn trực thuộc lưu ý, triển khai một số nội dung.

Theo đó, các tỉnh, thành đoàn, đoàn trực thuộc cần tuyên truyền, quán triệt tới các cấp bộ Đoàn, Hội về các quan điểm, nguyên tắc, phương châm và thực hiện nghiêm biện pháp phòng, chống dịch trong tình hình mới đã được Thủ tướng Chính phủ chỉ đạo tại Chỉ thị 19/CT-TTg ngày 24/4/2020. Nắm bắt kịp thời, chính xác thông tin về tình hình dịch bệnh; tiếp tục tập trung tuyên truyền để đoàn viên, hội viên, thanh thiếu nhi và người dân tại địa phương thực hiện đầy đủ các biện pháp phòng, chống dịch, không chủ quan, lơ là hoặc có tâm lý hoang mang; phổ biến, nâng cao ý thức của đoàn viên, thanh thiếu nhi và nhân dân trong bảo vệ, nâng cao sức khỏe và phòng, chống dịch; lên án các hành vi tung tin, bịa đặt gây ảnh hưởng tiêu cực tới công tác phòng, chống dịch.

Trịnh Lý - Trung ương Đoàn thanh niên

Bí thư Chi đoàn tạm ngưng tổ chức đám cưới cùng cộng đồng chung tay phòng, chống và đẩy lùi dịch bệnh

Đã dự định tổ chức đám cưới từ sớm với sự chấp thuận của 2 bên gia đình và chính quyền địa phương, tuy nhiên trước tình hình diễn biến phức tạp trở lại của bệnh dịch Covid-19, Bí thư Chi đoàn người đồng bào DTTS thôn Đắc Á, xã Bù Gia Mập - Điều Nhơn đã vận động gia đình và thống nhất cùng vợ chưa cưới - Thị Ly tạm ngưng tổ chức đám cưới để cùng toàn xã hội thực hiện tốt công tác cách ly, phòng, chống dịch Covid-19.

Trước thời điểm diễn biến phức tạp của bệnh dịch, Điều Nhơn và Thị Ly đã quyết định tạm ngưng đám cưới dự định tổ chức ngày 08/08/2020 để chung tay cùng cộng đồng đẩy lùi Covid- 19 thật sớm và an toàn. Cả hai đã đăng ký tham gia đội hình trực chốt kiểm soát dịch khu vực đường vành đai Biên giới và tham gia tuyên truyền cho bà con nhân dân trong công tác phòng chống dịch tại địa phương, vận động người dân hoãn các hoạt động tập trung đông người, tham gia phòng dịch. Hy vọng, sau mùa dịch bệnh Covid- 19, đám cưới của Nhơn - Ly và nhiều bạn trẻ khác sẽ trở nên trọn vẹn, hạnh phúc hơn trước những lời chúc phúc từ cộng đồng và từ những hành động đẹp của đôi bạn.



TUYÊN TRUYỀN, GIÁO DỤC CÁCH MẠNG



CÁCH MẠNG THÁNG TÁM 1945 Mở ra kỷ nguyên mới cho đất nước



GIÁ TRỊ VĨNH HẰNG

Là thắng lợi của chủ nghĩa Mác-Lênin được vận dụng sáng tạo vào hoàn cảnh cụ thể của Việt Nam; là thắng lợi của tư tưởng Hồ Chí Minh và đường lối cách mạng của Đảng ta gắn độc lập dân tộc với chủ nghĩa xã hội, gắn sức mạnh dân tộc với sức mạnh thời đại

Đưa Việt Nam từ vị trí là một nước thuộc địa trở thành một nước độc lập dưới chế độ dân chủ cộng hòa, đưa nhân dân Việt Nam từ thân phận nô lệ thành người dân độc lập, tự do, làm chủ nước nhà

Mở ra một kỷ nguyên mới: Kỷ nguyên giải phóng dân tộc gắn liền với giải phóng giai cấp công nhân và nhân dân lao động, kỷ nguyên độc lập dân tộc gắn liền với chủ nghĩa xã hội

Nguồn cổ vũ, động viên to lớn đối với các dân tộc thuộc địa, nhân dân bị áp bức, bóc lột trên thế giới đấu tranh giành độc lập dân tộc, dân chủ và tiến bộ xã hội



Đó là cuộc kháng chiến trường kỳ chống thực dân Pháp xâm lược, mà đỉnh cao là Chiến thắng Điện Biên Phủ năm 1954 chấn động địa cầu



Đó là cuộc kháng chiến chống đế quốc Mỹ, kết thúc oanh liệt bằng cuộc Tổng tiến công và nổi dậy mùa Xuân năm 1975, giải phóng hoàn toàn miền Nam, thu non sông về một mối

VIẾT TIẾP NHỮNG TRANG SỬ VẺ VANG



Đó là công cuộc đổi mới, xây dựng và phát triển đất nước với những thành tựu to lớn, có ý nghĩa lịch sử. Việt Nam, từ một nước kém phát triển trở thành nước đang phát triển; kinh tế tăng trưởng khá. Chính trị-xã hội ổn định; quốc phòng, an ninh được tăng cường; văn hóa, xã hội phát triển; dân chủ xã hội chủ nghĩa được phát huy và ngày càng mở rộng



SỔ TAY NGHIỆP VỤ CÔNG TÁC ĐOÀN



CÁC BIỆN PHÁP PHÒNG, CHỐNG DỊCH COVID-19 TRONG TÌNH HÌNH HÌNH MỚI

01



Thường xuyên **rửa tay đúng cách bằng xà phòng** dưới vòi nước sạch, hoặc bằng dung dịch sát khuẩn có cồn (ít nhất 60% cồn)

02



Đeo khẩu trang nơi công cộng, trên phương tiện giao thông công cộng và đến cơ sở y tế

03



Tránh đưa tay lên mắt, mũi, miệng. **Che miệng và mũi** khi ho hoặc hắt hơi bằng khăn giấy, khăn vải, khuỷu tay áo

04



Tăng cường vận động, rèn luyện thể lực, dinh dưỡng hợp lý xây dựng lối sống lành mạnh

05



Vệ sinh thông thoáng nhà cửa, **lau rửa** các bề mặt hay tiếp xúc

06



Nếu bạn có dấu hiệu sốt, ho, hắt hơi, và khó thở, hãy **tự cách ly tại nhà**, đeo khẩu trang và **gọi cho cơ sở y tế** gần nhất để được tư vấn, khám và điều trị

07



Tự cách ly, theo dõi sức khỏe, **khai báo y tế** đầy đủ nếu trở về từ vùng dịch

08



Thực hiện khai báo y tế trực tuyến tại **<https://tokhaiyte.vn>** hoặc tải ứng dụng NCOVI từ địa chỉ **<https://ncovi.vn>** và thường xuyên cập nhật tình trạng sức khỏe của bản thân

09



Cài đặt ứng dụng Bluezone để được cảnh báo nguy cơ lây nhiễm COVID-19, giúp bảo vệ bản thân và gia đình:
<https://www.bluezone.gov.vn>

PHÒNG CHỐNG DỊCH COVID-19

CÁCH LY Y TẾ TẠI NHÀ, NƠI LƯU TRÚ (QUYẾT ĐỊNH 879/QĐ-BYT NGÀY 12/3/2020 CỦA BỘ Y TẾ)

Trách nhiệm của người được cách ly



Chấp hành việc tự cách ly tại nơi ở, nơi lưu trú ĐÚNG thời gian quy định và có **CAM KẾT** với chính quyền địa phương (Mẫu kèm theo)



Hàng ngày: Tự đo thân nhiệt và tự theo dõi sức khỏe; ghi kết quả và tình trạng sức khỏe chung vào Phiếu theo dõi sức khỏe; thông báo cho nhân viên y tế cấp xã



Thông báo ngay cho nhân viên y tế cấp xã phụ trách theo dõi khi có một trong các triệu chứng nghi ngờ mắc bệnh: sốt, ho, đau họng, khó thở



Hạn chế ra khỏi phòng riêng, hạn chế tiếp xúc trực tiếp với người trong gia đình, nơi lưu trú cũng như những người khác



Không ra khỏi nơi ở, nơi lưu trú trong suốt thời gian cách ly



Thực hiện các biện pháp vệ sinh cá nhân, đeo khẩu trang, thường xuyên rửa tay bằng xà phòng và nước sạch hoặc dung dịch rửa tay có cồn. Không dùng chung các đồ dùng vật dụng cá nhân: bát, đĩa, thìa, cốc, bàn chải đánh răng, khăn mặt...



Thu gom khẩu trang, khăn, giấy lau mũi, miệng đã qua sử dụng vào túi đựng rác thải riêng để xử lý theo quy định



Không ăn chung, không ngủ chung cùng với những người khác trong gia đình, nơi ở, nơi lưu trú



Đảm bảo ăn uống đủ chất dinh dưỡng, uống đủ nước, vận động cơ thể, tập thể dục nhẹ nhàng tại chỗ

CHUNG TAY NGĂN CHẶN SỰ LÂY LAN CỦA DỊCH COVID-19



TÁC GIẢ - TÁC PHẨM



Nhạc sĩ Xuân Oanh và ca khúc về ngày 19/8

Cứ mỗi độ Thu về, giai điệu của ca khúc “19/8 chớ quên là ngày khởi nghĩa” của nhạc sĩ Xuân Oanh lại vang lên thật hào hùng và thiêng liêng. Cả nước sôi nổi như sống trong khí thế sục sôi của những ngày tổng khởi nghĩa.

Bài hát trên được nhạc sĩ Xuân Oanh sáng tác ngay trên đường phố, khi cùng đoàn quân Cách mạng tiến về Bắc Bộ phủ giành chính quyền về tay nhân dân. Sáng tác ra câu nào... phổ biến ngay câu ấy. Đoàn biểu tình kéo đến địa điểm Nhà hát Lớn thì ông cũng vừa vận hoàn thành bài hát: Toàn dân Việt Nam... đứng đều lên đắp xây một ngày... Tác phẩm lấy ngay ngày 19/8 lịch sử làm tên và đã kịp thời phổ biến trong quần chúng cách mạng.



Nhạc sĩ Xuân Oanh sinh ngày 4/1/1923 tại thị trấn

Quảng Yên, tỉnh Quảng Ninh. Ông tham gia Cách mạng vào những năm trước khởi nghĩa. Trước năm 1945, ông hoạt động tuyên truyền trong Mặt trận Việt Minh, sau đó công tác ở nhiều cơ quan và trên nhiều lĩnh vực khác nhau.

Ngoài ca khúc 19/8 chớ quên là ngày khởi nghĩa, nhạc sĩ Xuân Oanh còn là tác giả của nhiều ca khúc nổi tiếng được giải thưởng trong và ngoài nước như Quê hương anh bộ đội, viết năm 1949, đậm đà tình quân dân, tình yêu quê hương đất nước... Ngoài ra, ông còn sáng tác một số bài hát như: Hoa nhài, Gọi thu, Em ra đi, Sớm mai ấy, Suy tư, Bình minh trên đất nước không bao giờ tắt, Bạch dương, Hà Nội ở Lâm Đồng, Thôn thức mùa xuân, Anh có còn yêu em như ngày xưa.

Một mốc son trong đời nhạc sĩ Xuân Oanh là vào năm 1989, nhạc sĩ có mặt tại Nhật trong cuộc xuống đường chống bom nguyên tử. Cũng xuất thân như ngày tổng khởi nghĩa vừa đi biểu tình vừa sáng tác, Xuân Oanh đã phổ nhạc cho bài thơ Trời sẽ lại trong xanh của một nhà thơ Nhật và để lại ấn tượng sâu sắc cho bạn bè thế giới.

Mười chín tháng Tám





MÔ HÌNH - KINH NGHIỆM



Phát triển kinh tế từ nấm bào ngư xám

Những năm qua, Thành đoàn Đồng Xoài được Công ty TNHH cây xanh Công Minh hỗ trợ Quỹ khởi nghiệp 2 tỷ đồng. Để sử dụng hiệu quả nguồn quỹ này, Thành đoàn Đồng Xoài đã xét duyệt và giải ngân cho 13 dự án của đoàn viên, thanh niên vay khởi nghiệp. Trong đó, mô hình trồng nấm của hộ chị Nguyễn Thị Lý ở khu phố Phước An, phường Tân Xuân, thành phố Đồng Xoài bước đầu đem lại hiệu quả kinh tế.

Bước đầu thành công

Để mô hình sản xuất đi vào thực tế, năm 2017, vợ chồng chị Nguyễn Thị Lý về vùng chuyên sản xuất nấm ở tỉnh Bình Dương học tập kỹ thuật, kinh nghiệm. Sau gần 1 tháng tìm hiểu thực tế các mô hình trồng nấm và tìm đọc các tài liệu trên mạng, chị Lý quyết định đầu tư xây dựng Cơ sở trồng và sản xuất nấm Thiên Phúc, nay là Công ty TNHH MTV nấm Thiên Phúc. Chị Lý cho biết: Trước đây, tôi làm ở UBMTTQ Đồng Xoài. Khi cơ quan thực hiện tinh giản biên chế, tôi xin nghỉ việc và chọn hướng đi riêng cho mình bằng việc gắn bó với cây nấm.



Hàng năm, Công ty TNHH MTV nấm Thiên Phúc của gia đình chị Nguyễn Thị Lý tạo việc làm cho nhiều lao động tại địa phương với mức thu nhập ổn định

Chị Lý chọn khởi nghiệp với nấm bào ngư xám. Đây là loại nấm dễ trồng, dễ chăm sóc và đang được thị trường ưa dùng, bởi nấm bào ngư giàu dinh dưỡng, tốt cho sức khỏe. Ban đầu do chưa có kinh nghiệm, vốn đầu tư ít nên chị sử dụng 100m² đất sẵn có để xây dựng cơ sở sản xuất và thử nghiệm với 1.500 bịch phôi nấm bào ngư. Lứa nấm đầu tiên thành công, chị có thêm động lực, mạnh dạn vay vốn từ Quỹ Khởi nghiệp Đồng Xoài 150 triệu đồng để mua lò hấp, mở rộng khu vực vào bịch, cấy phôi, ủ và treo nấm.

Chị Lý chia sẻ: Nấm bào ngư tuy dễ trồng, dễ chăm sóc nhưng thường mắc bệnh mốc xanh gây hại phôi, tiêu diệt phôi khiến phôi nấm không thể ra tai.

Nguyên nhân do bị giập tơi quá nặng kèm theo thời tiết nóng, hầm hơi hoặc do người trồng nấm rút bông sớm làm yếu bịch phôi; khâu vệ sinh bịch phôi chưa kỹ cũng có thể do tưới thẳng nước vào miệng bịch phôi quá nhiều. Để xử lý tốt loại bệnh này, người trồng nấm phải thường xuyên kiểm tra trại nấm, phát hiện những bịch có dấu hiệu nấm mốc xanh phải lấy ngay ra để riêng hoặc xử lý tốt phần phôi giống thì có thể phòng bệnh hiệu quả... Để tránh các loại bệnh cho nấm, người trồng cần tuân thủ quy trình sản xuất, chế biến nấm theo hướng an toàn từ khâu xử lý bột gỗ, tưới nước sạch, vệ sinh trại hằng ngày. Đặc biệt, khu vực sản xuất nấm cần bố trí xa khu chăn nuôi gia súc, gia cầm. Nhà nuôi nấm đảm bảo kín gió nhưng vẫn giữ được thoáng.

Áp dụng tốt những kỹ thuật trồng nấm, đến nay Công ty nấm Thiên Phúc của gia đình chị Lý phát triển khá tốt. Để tạo nguồn hàng thường xuyên cung cấp cho thương lái, các nhà hàng, quán ăn trên địa bàn thành phố Đồng Xoài, chị Lý trồng nấm theo hình thức gói đầu. Vì vậy, ngày nào chị cũng có nấm bán ra thị trường với số lượng từ 50-60kg/ngày.

Hướng đến mở rộng thị trường

Chị Lý cho biết, gia đình chị tự thiết kế lò hấp và chế tạo máy đóng bịch phôi tự động. Từ ngày có máy, gia đình chị không chỉ tiết kiệm được công lao động mà còn nâng cao năng suất công việc. Trước đây, một người làm thủ công 1 ngày chỉ đóng được khoảng 300-400 bịch phôi, thì khi có sự hỗ trợ của máy, 1 lao động có thể đóng được 1.500 bịch phôi/ngày. Trung bình 1 tháng, công ty của chị sản xuất hàng trăm ngàn bịch phôi và cung ứng cho 6 trại nấm, các hộ dân trên địa bàn thành phố với số lượng khoảng 20 ngàn bịch phôi nấm.

Không chỉ cung cấp phôi nấm và nấm thương phẩm cho người dân trên địa bàn, chị Lý còn mong muốn đưa sản phẩm đến các chợ đầu mối trên địa bàn thành phố Hồ Chí Minh. Để thực hiện điều này, hiện vợ chồng chị đang đầu tư mở rộng công ty sản xuất tại xã Tân Lợi, huyện Đồng Phú với diện tích 5.000m², gồm: 1 nhà xưởng sản xuất phôi giống khoảng 800m² và 30 nhà trồng nấm xung quanh với quy mô khoảng 300 ngàn phôi nấm. Hiện các công trình nhà xưởng, nhà ở công nhân và các công trình khác đang từng bước được hoàn thiện; dự kiến đi vào hoạt động trong năm nay và cung cấp ra thị trường trung bình 1 ngày từ 2,5-3 tấn nấm thương phẩm và hàng ngàn bịch phôi giống cho các hộ dân, trại nấm... Trồng và sản xuất phôi nấm, mỗi năm giúp gia đình chị Lý thu nhập hàng trăm triệu đồng, giải quyết việc làm cho 6 lao động với thu nhập từ 5-6 triệu đồng/tháng/người.

Chị Trần Thị Lý, Bí thư Đoàn phường Tân Xuân cho biết: Tới đây, Đoàn phường sẽ tổ chức cho đoàn viên thanh niên có nhu cầu khởi nghiệp tham quan, học tập kinh nghiệm để nhân rộng mô hình trồng nấm. Đồng thời, Đoàn phường sẽ tạo điều kiện cho các bạn trẻ có nhu cầu khởi nghiệp tiếp cận vốn vay ưu đãi, Quỹ khởi nghiệp của tỉnh, thành phố để có điều kiện vươn lên phát triển kinh tế.

(Nguồn <https://baobinhphuoc.com.vn/Content/phat-trien-kinh-te-tu-nam-bao-ngu-xam-12579>)



ĐỌC SÁCH CÙNG BẠN

Những cuốn sách giúp thay đổi cách nhìn về thế giới

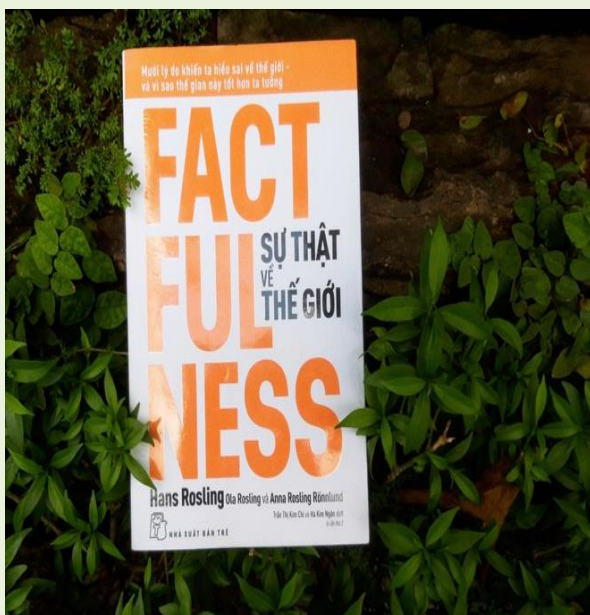
Nhận biết sự thật, phân biệt góc nhìn đúng sai và giữ cho trí óc tập trung luôn là những vấn đề đáng suy nghĩ trong thời đại thông tin đa chiều hiện nay.

Những quyển sách dưới đây sẽ là nguồn tham khảo tốt, đồng hành cùng bạn đọc trong quá trình tìm hiểu về thế giới. Nó giúp chúng ta có một góc nhìn thực tế, sâu sắc và khách quan hơn về những gì đang xảy ra mỗi ngày.

Factfulness

Có bao nhiêu phần trăm dân số thế giới sống trong đói nghèo? Tỷ lệ bé gái học xong tiểu học ở nước thu nhập thấp là bao nhiêu? Số người tử vong do thiên tai đã thay đổi thế nào? Khi được hỏi những câu đơn giản về xu hướng toàn cầu, ta thường trả lời sai một cách có hệ thống, kể cả là giáo viên, nhà báo, những người đoạt giải Nobel.

Nhận thấy tình trạng thiếu hiểu biết và nhìn nhận sai về thế giới đang ngày càng lan rộng, giáo sư y tế kiêm diễn giả Ted Hans Rosling, cùng hai cộng sự Anna và Ola, quyết tâm mang lại một thế giới quan dựa trên dữ liệu thực tế qua quyển sách Sự thật về thế giới: Mười lý do khiến ta hiểu sai về thế giới.

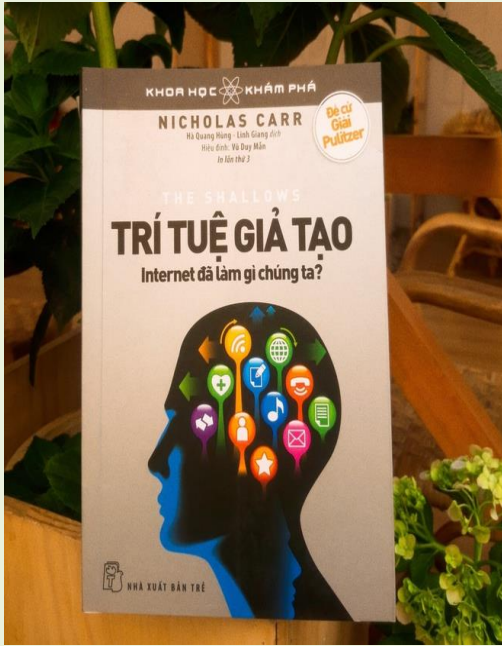


Hans Rosling trình bày mười bản năng bóp méo nhận thức con người, chẳng hạn như khoảng cách - chia cắt thế giới thành hai đối cực giàu và nghèo; bản năng tiêu cực - ảo tưởng về tình hình liên tục xấu đi vì cách đón nhận tin tức truyền thông; bản năng đổ lỗi - khi có sự cố, thay vì tìm kiếm nguyên nhân để giải quyết, chúng ta tìm một cá nhân hoặc tập thể để đổ lỗi...

Nếu có nhận thức về thế giới quan hiện thực, chúng ta sẽ thấy thế giới không tệ như bề ngoài và tìm ra được những giải pháp giúp cuộc sống ngày càng tốt hơn. Quyển sách cho người đọc một bức tranh tổng thể để cải thiện kỹ năng cảm nhận về cách mọi thứ vận hành.

Trí tuệ giả tạo

Internet không chỉ cung cấp nguồn thông tin cho suy nghĩ, mà còn định hình quá trình suy nghĩ của chúng ta. Trong quyển Trí tuệ giả tạo, Nicholas Carr cho rằng mạng Internet đang bào mòn khả năng tập trung và suy ngẫm của con người.



Diễn hình như việc chúng ta liên tục bị quấy rầy bởi các chương trình mà không chú ý đến điều gì đang diễn ra trong đầu. Tâm trí chúng ta từng cuốn theo diễn biến của câu chuyện hay bước ngoặt của luận điểm, nay lại ưa thích việc đọc lướt, kéo thanh cuộn, ít kiên nhẫn hơn với những luận điểm dài dòng.

Tác giả nhận thấy càng bị mất tập trung, chúng ta càng khó cảm nhận được tình cảm tinh tế và đặc biệt nhất của con người, trong đó có sự cảm thông, lòng trắc ẩn và cảm xúc khác.

Sẽ là vội vàng khi kết luận Internet đang hủy hoại các cảm giác mang tính đạo đức của chúng ta. Nhưng không vội để khuyến nghị rằng Internet đang định hướng lại con đường

cuộc sống, làm giảm khả năng tư duy trầm lắng của con người và thay đổi chiều sâu cảm xúc cùng suy nghĩ của họ.

Cuốn sách bao hàm lịch sử trí tuệ, khoa học phổ thông và phê phán văn hóa, đồng thời đặt ra những câu hỏi sâu sắc về nền tảng tinh thần của chúng ta ngày nay, giữa bối cảnh dường như không chấm dứt của cuộc tranh luận về sức mạnh lẫn nguy cơ từ công nghệ hiện đại.

Phải trái đúng sai

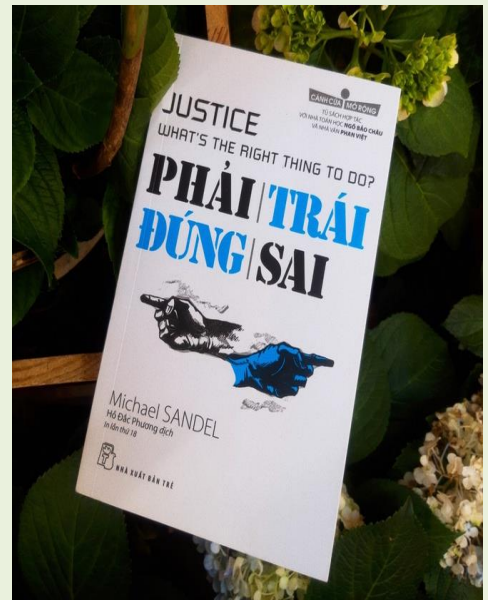
Trong cuốn Phải trái đúng sai, Michael J. Sandel khơi gợi những câu hỏi lớn của triết học chính trị thông qua việc đánh giá những vấn đề gai góc gây nhiều tranh cãi nhất của thời đại: Nhập ngũ, đề thuế, ưu tiên thiểu số khi tuyển sinh...

Những câu chuyện đời thường nhìn thoáng qua có vẻ dễ đánh giá đúng sai, nhưng sau khi đọc sách, chúng ta sẽ phải dừng lại để suy ngẫm nhiều khía cạnh, trước khi đi đến kết luận.

Có đúng không khi hy sinh tính mạng một người để phòng tránh cái chết cho nhiều người? Có công bằng không khi đánh thuế người giàu để giúp đỡ người nghèo? Không cho phép các cặp đồng tính kết hôn liệu có sai?

Qua những lập luận mang tính triết học của tác giả, người đọc sẽ băn khoăn giữa khái niệm đúng sai, và đâu là cách nhìn nhận chính xác một vấn đề. Từ đó, họ rút ra những quyết định sáng suốt, đúng đắn và hợp lý nhất.

(Nguồn <https://zingnews.vn/nhung-cuon-sach-giup-thay-doi-cach-nhin-ve-the-gioi-post1099314.html>)





NGHỆ THUẬT SỐNG



8 lời khuyên cho người muốn thay đổi công việc

Đứng trước quyết định thay đổi công việc, mọi người thường cảm thấy bất an, lo lắng không biết quyết định này có đúng đắn và mang lại những gì bạn mong đợi không. 8 lời khuyên sau đây sẽ giúp sự chuyển tiếp công việc của bạn “êm ái” hơn.

1. Biết mình muốn gì

Phân tích những kỹ năng, kinh nghiệm và năng lực mà bạn có. Hình ảnh bên ngoài nào là tốt nhất của bạn? Bạn cần gì cho cuộc sống cá nhân và công việc? Những kỹ năng nào bạn đã được đào tạo? Hãy ghi ra giấy những điểm mạnh, kể cả điểm yếu của bạn và cả những trách nhiệm nào mà bạn phải gánh vác.

2. Chuẩn bị kỹ cho một tương lai

Nhiều chuyên gia cho rằng việc thay đổi nghề nghiệp chỉ nhằm thỏa mãn mục đích tiền bạc sẽ không thể "khắc phục" những điều không hài lòng trong công việc hiện tại của bạn. Hãy suy nghĩ là bạn đang đầu tư cho một công việc mới. Hãy cho rằng chuyện lương bổng là tạm thời. Bạn sẽ cảm thấy mình hạnh phúc hơn trong công việc cũng như hạnh phúc hơn trong cuộc sống. Như vậy, bạn đã thành công!

3. Tìm hiểu lĩnh vực bạn yêu thích

Hãy đọc những bài báo và những tạp chí có viết về công ty, hoặc lĩnh vực công việc mà bạn đang muốn "dấn thân". Hãy chỉ ra rằng bạn có thể góp mình bao nhiêu cho việc bạn yêu thích!

4. Lắng nghe các ý kiến của người đi trước

Hãy nói chuyện với ai đó am hiểu lĩnh vực trong tương lai mà bạn muốn hướng đến. Bạn có thể đề nghị họ chỉ ra những bí quyết đã giúp họ thành công. Tham khảo ý kiến của những chuyên gia trong công việc bạn đang muốn làm sẽ giúp bạn trang bị thêm nhiều kỹ năng hữu ích.

5. “Làm quen” với người chủ tương lai của bạn

Đây không phải là cách làm quen theo "cửa sau". Bạn hãy thể hiện sự nhiệt tình và năng lực của mình. Nếu như công ty đó chưa mở cánh cửa cho bạn, nhưng bạn đã để lại ấn tượng tốt cho những người quản lý nhân sự, họ sẽ nhớ đến bạn và biết đâu có thêm những cơ hội mới...

6. Tình nguyện làm một công việc tạm thời trong khi chờ đợi

Không ai dễ dàng có được điều mình muốn. Nếu được yêu cầu làm một công việc phụ nào đó, bạn hãy kiên nhẫn làm việc. Sự tận tụy sẽ giúp bạn làm được vị trí công việc mà bạn muốn trong tương lai.



7. Tự nhận thức về mình

Nền tảng giáo dục nào bạn được đào tạo? Khả năng của bạn đến đâu? Với những kỹ năng mà bạn có, bạn hãy tự hỏi là mình có thể sử dụng như thế nào? Bạn có cần học thêm nữa không? Bạn có muốn điều đó không?

8. Chuẩn bị 1 bộ hồ sơ theo yêu cầu

Bạn hãy chắc rằng bạn hiểu những điều mà nhà tuyển dụng cần ở bạn và thể hiện điều ấy rõ ràng trong bản sơ yếu lý lịch của bạn. Một điều lưu ý rằng, không phải vì bạn không có bất kỳ kinh nghiệm nào trong công việc bạn muốn làm ở tương lai, sẽ kéo theo việc bạn không có những kỹ năng đủ "tiêu chuẩn". Hãy chứng minh một hình ảnh hiện tại của bạn để cho những người sắp mới của bạn tin tưởng vào bạn trong tương lai.

(Nguồn: <https://vnexpress.net/8-loi-khuyen-cho-nguoi-muon-thay-doi-cong-viec-1999813.html>)



DU HỌC- DU LỊCH



Những lý do vô cùng đặc biệt để bạn chọn du học ở Indonesia

Tại Indonesia, giáo dục tư thục nở rộ đã đơn giản hóa việc sở hữu một tấm bằng chuẩn quốc tế của các trường liên kết tại Úc, Mỹ và châu Âu. Một điều kiện hấp dẫn để các du học sinh chọn học tập tại quốc gia này.

Sinh viên quốc tế: Tưởng không đông nhưng đông không tưởng!

Số lượng sinh viên quốc tế đang theo học tại đây lên đến khoảng 6.000 sinh viên. Tại Indonesia, phân khúc giáo dục tư thục nở rộ đã đơn giản hóa hơn rất nhiều việc sở hữu một tấm bằng chuẩn quốc tế của các trường liên kết tại Úc, New Zealand hay Mỹ và châu Âu. Đây là một trong những điều kiện hấp dẫn nhất để các du học sinh chọn học tập tại quốc gia này. Với nhiều chương trình học khác nhau: Từ trao đổi văn hóa, đại học, thạc sĩ. Tất nhiên là ngôn ngữ để theo học cũng không nhất thiết là tiếng Indonesia mà còn có cả tiếng Anh.



Khối A hay khối C đều hot

Có rất nhiều ngành học đáp ứng cho cả bạn chỉ chuyên các môn Khoa học hay những bạn chỉ “gặm” được những môn Xã hội. Một số ngành học tại Indonesia được đào tạo rất tốt như Du lịch, Khách sạn, Kỹ sư địa chất, Quan hệ Quốc tế, Kỹ thuật...

Như ngành Cơ khí hay Chế tạo máy móc cho Hàng không, bạn có thể học ở Viện Công nghệ Bandung; ngành Địa chất thì có thể theo học tại Đại học Gadjah Mada Yogyakarta. Còn các ngành còn lại thì trường nào cũng có thể đào tạo tốt.

Trường học như... resort

Có gần 3.000 tổ chức giáo dục đại học công lập và tư nhân hoạt động ở Indonesia với bốn loại tổ chức giáo dục đại học bao gồm các trường đại học, các viện, học viện, trường cao đẳng. Nhưng nhìn chung các trường đại học ở Indonesia có diện tích rộng, được xây dựng thoáng đãng, với nhiều khu, thậm chí còn được nhiều sinh viên ví như đang lạc vào khu... resort nào đó.

Như trường đại học rộng lớn và cổ kính nhất Indonesia là Universitas Indonesia được bao quanh bởi một không gian xanh rộng lớn, gần gũi với thiên nhiên với sáu hồ nước lớn hay trường UMM (Malang) thì nằm trên con dốc thoải thoải, với hồ nước nằm trong khuôn viên trường, để giúp sinh viên có thể thư giãn sau những giờ học căng thẳng.



Giá cả phải chăng

Tùy vào từng thành phố mà chi phí sinh sống học tập tại Indonesia cũng có sự chênh lệch. Thế nhưng, nhìn chung cuộc sống không quá đắt đỏ (mức sống chỉ ngang Việt Nam mình, nhiều nơi còn rẻ hơn). Học phí thường dao động khoảng 4.000 đôla/ năm (hơn 90 triệu đồng) cho các ngành Khoa học xã hội và nhân văn. Khoảng 200 đôla/ tháng (tầm 4,6 triệu đồng), bao gồm cả chi phí di chuyển, thuốc thang, ẩm thực, phòng ốc là bạn đã có thể sống cuộc sống sinh viên thoải mái. Ngoài ra, nếu bạn muốn vi vu khám phá đó đây thì Indonesia là điểm đến lý tưởng.

(Sưu tầm: <https://hoahoctro.tienphong.vn/hht-doi-song/nhung-ly-do-vo-cung-dac-biet-de-ban-chon-du-hoc-o-indonesia-1549719.tpo>)



TIẾNG ANH MỖI NGÀY²¹

Infographic 1 GRAMMAR

Present Simple

Forms



Making POSITIVE sentences

S + Verb (s/es/ies)
Chủ ngữ + Động Từ (s/es/ies)

Ex She visits her parents every Sunday



Making NEGATIVE sentences

S + don't/doesn't + Verb
Chủ ngữ + don't/doesn't + Động Từ

Ex She doesn't visit her parents every Sunday



Making QUESTION sentences

Do/Does + S + Verb?
Yes, S + do/does
No, S + don't/doesn't
Do/Does + chủ ngữ + Động từ?
Yes, Chủ ngữ + do/does
No, Chủ ngữ + don't/doesn't

Ex Does she visit her parents every Sunday?



Remember!

We always use
'does' with
he/she/it

I am not fooling around

He's playing football

Remember!

'Do' and 'Does' are
helping/auxiliary verbs in present
simple

Do not = don't
Does not = doesn't



USE

General truths or scientific facts

Sự thật hiển nhiên hoặc dữ liệu khoa học

Ex The Earth moves around the Sun.



Present habits/ repeated actions

Thói quen ở hiện tại/ sự việc lặp đi lặp lại

Ex I go to school every day.

Permanent situations

Những trạng thái cố định

Ex My friend lives in Hanoi.



Scheduled arrangements

Những sự việc đã được sắp đặt

Ex The plane flies to London every Monday



NOTE



The Present Simple is often used with the following adverbs of frequency

- Always, usually, often
- Sometimes, rarely, never
- Every/ each (day, week,...)
- Once/twice/three times (a day, a week,...)

Remember that these adverbs usually **BEFORE** the verb, but **AFTER** to be



Thì hiện tại đơn thường được sử dụng với các trạng từ tần suất sau

- Luôn luôn, thường xuyên, thường
- thỉnh thoảng, hiếm khi, không bao giờ
- Mỗi/ mọi (ngày, tuần,...)
- Một, hai, ba lần (một ngày, một tuần,...)

Ta luôn sử dụng những trạng từ này trước động từ, nhưng sau to be